

MES: septiembre-26

MENÚ: 1.

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes                                                                                                 | I. Nutricional                                        |
|-------|--------|-----------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       | 1      | 2         | 3      | 4                                                                                                       |                                                       |
| 7     | 8      | 9         | 10     | 11                                                                                                      | kcl: 687,19<br>Prot: 25,67<br>HC: 90,65<br>Lip: 20,23 |
| 14    | 15     | 16        | 17     | 18                                                                                                      | kcl: 709,97<br>Prot: 24,57<br>HC: 94,12<br>Lip: 23,70 |
| 21    | 22     | 23        | 24     | 25                                                                                                      | kcl: 686,24<br>Prot: 24,30<br>HC: 90,89<br>Lip: 22,45 |
| 28    | 29     | 30        |        | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". | kcl: 690,67<br>Prot: 25,28<br>HC: 92,47<br>Lip: 21,96 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 2.

| Lunes                                                                              | Martes                                                                                   | Miércoles                                                         | Jueves                                                          | Viernes                                                                                                 | I. Nutricional                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|                                                                                    | 1                                                                                        | 2                                                                 | 3                                                               | 4                                                                                                       |                                                       |
| 7                                                                                  | 8                                                                                        | 9                                                                 | 10                                                              | 11                                                                                                      |                                                       |
|                                                                                    |                                                                                          | Sopa de verduras<br>Pollo al chilindrón<br>Pan y Postre           | Lentejas a la campesina<br>Limanda al horno<br>Pan y Postre     | Verdura tricolor<br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana<br>Pan y Postre                 | kcl: 572,94<br>Prot: 20,22<br>HC: 72,84<br>Lip: 20,36 |
| 14                                                                                 | 15                                                                                       | 16                                                                | 17                                                              | 18                                                                                                      |                                                       |
| Judías verdes con refrito<br>Guiso de garbanzos con arroz integral<br>Pan y Postre | Crema de zanahoria eco<br>Magro guisado con verduras<br>Pan y Postre                     | Espirales en salsa napolitana<br>Estofado de pavo<br>Pan y Postre | Alubias estofadas<br>Filete de abadejo en salsa<br>Pan y Postre | Arroz caldoso de verduras<br>Pollo al limón<br>Pan y Postre                                             | kcl: 570,35<br>Prot: 20,86<br>HC: 74,10<br>Lip: 19,22 |
| 21                                                                                 | 22                                                                                       | 23                                                                | 24                                                              | 25                                                                                                      |                                                       |
| Lentejas estofadas<br>Limanda en pepitoria<br>Pan y Postre                         | Menestra salteada<br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana<br>Pan y Postre | Crema de calabacín<br>Pollo en salsa<br>Pan y Postre              | Potaje de garbanzos<br>Magro con champiñones<br>Pan y Postre    | Acelgas con patata<br>Filete de merluza en salsa verde<br>Pan y Postre                                  | kcl: 573,45<br>Prot: 19,75<br>HC: 73,60<br>Lip: 20,14 |
| 28                                                                                 | 29                                                                                       | 30                                                                |                                                                 |                                                                                                         |                                                       |
| Pastel de patata con verduras<br>Guiso de alubias<br>Pan y Postre                  | Arroz caldoso de verduras<br>Pechuga al horno<br>Pan y Postre                            | Verdura tricolor<br>Pavo guisado con verduras<br>Pan y Postre     |                                                                 | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandia y melón en función a su grado de maduración". | kcl: 560,82<br>Prot: 19,82<br>HC: 72,78<br>Lip: 19,20 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 3.

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | I. Nutricional                                        |
|-------|--------|-----------|--------|---------|-------------------------------------------------------|
|       | 1      | 2         | 3      | 4       |                                                       |
| 7     | 8      | 9         | 10     | 11      | kcl: 683,71<br>Prot: 26,60<br>HC: 88,85<br>Lip: 20,23 |
| 14    | 15     | 16        | 17     | 18      | kcl: 710,33<br>Prot: 24,48<br>HC: 94,12<br>Lip: 23,78 |
| 21    | 22     | 23        | 24     | 25      | kcl: 684,04<br>Prot: 25,36<br>HC: 88,41<br>Lip: 23,01 |
| 28    | 29     | 30        |        |         | kcl: 691,47<br>Prot: 25,48<br>HC: 92,47<br>Lip: 21,96 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 4.

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes                                                                                                 | I. Nutricional                                        |
|-------|--------|-----------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       | 1      | 2         | 3      | 4                                                                                                       |                                                       |
| 7     | 8      | 9         | 10     | 11                                                                                                      | kcl: 688,12<br>Prot: 25,71<br>HC: 90,65<br>Lip: 20,32 |
| 14    | 15     | 16        | 17     | 18                                                                                                      | kcl: 704,61<br>Prot: 26,07<br>HC: 92,45<br>Lip: 24,03 |
| 21    | 22     | 23        | 24     | 25                                                                                                      | kcl: 685,35<br>Prot: 24,48<br>HC: 89,37<br>Lip: 22,76 |
| 28    | 29     | 30        |        | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". | kcl: 694,53<br>Prot: 24,78<br>HC: 90,47<br>Lip: 23,50 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 5.

| Lunes                                                                   | Martes                                                                                         | Miércoles                                                                | Jueves                                                                | Viernes                                                                                                 | I. Nutricional                                        |
|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|                                                                         | 1                                                                                              | 2                                                                        | 3                                                                     | 4                                                                                                       |                                                       |
| 7                                                                       | 8                                                                                              | 9<br>Sopa maravilla con verduras<br>Pollo al chilindrón<br>Pan y Postre  | 10<br>Lentejas a la campesina<br>Tortilla de atún<br>Pan y Postre     | 11<br>Verdura tricolor<br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana<br>Pan y Postre           | kcl: 709,71<br>Prot: 25,68<br>HC: 91,05<br>Lip: 24,55 |
| 14<br>Judías verdes con refrito<br>Pan y Postre                         | 15<br>Crema de zanahoria eco<br>Bacalao rebozado<br>Pan y Postre                               | 16<br>Espirales en salsa napolitana<br>Tortilla de queso<br>Pan y Postre | 17<br>Alubias estofadas<br>Filete de abadejo en salsa<br>Pan y Postre | 18<br>Arroz caldoso de verduras<br>Huevos aurora<br>Pan y Postre                                        | kcl: 706,63<br>Prot: 25,06<br>HC: 92,48<br>Lip: 23,84 |
| 21<br>Lentejas estofadas<br>Salmón con salsa pomodoro<br>Pan y Postre   | 22<br>Menestra salteada<br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana<br>Pan y Postre | 23<br>Crema de calabacín<br>Pollo en salsa<br>Pan y Postre               | 24<br>Potaje de garbanzos<br>Tortilla de patata<br>Pan y Postre       | 25<br>Arroz con tomate<br>Filete de merluza en salsa verde<br>Pan y Postre                              | kcl: 711,13<br>Prot: 24,16<br>HC: 91,56<br>Lip: 24,98 |
| 28<br>Pastel de patata con verduras<br>Guiso de alubias<br>Pan y Postre | 29<br>Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de atún<br>Pan y Postre                            | 30<br>Verdura tricolor<br>Pavo guisado con verduras<br>Pan y Postre      |                                                                       | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandia y melón en función a su grado de maduración". | kcl: 697,94<br>Prot: 24,48<br>HC: 90,97<br>Lip: 23,79 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 6.

| Lunes                                                                              | Martes                                                                                   | Miércoles                                                             | Jueves                                                          | Viernes                                                                                                 | I. Nutricional                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|                                                                                    | 1                                                                                        | 2                                                                     | 3                                                               | 4                                                                                                       |                                                       |
| 7                                                                                  | 8                                                                                        | 9                                                                     | 10                                                              | 11                                                                                                      |                                                       |
|                                                                                    |                                                                                          | Sopa de verduras<br>Salmón al horno<br>Pan y Postre                   | Lentejas a la campesina<br>Tortilla de atún<br>Pan y Postre     | Verdura tricolor<br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana<br>Pan y Postre                 | kcl: 704,85<br>Prot: 25,52<br>HC: 91,21<br>Lip: 24,01 |
| 14                                                                                 | 15                                                                                       | 16                                                                    | 17                                                              | 18                                                                                                      |                                                       |
| Judías verdes con refrito<br>Guiso de garbanzos con arroz integral<br>Pan y Postre | Crema de zanahoria eco<br>Bacalao rebozado<br>Pan y Postre                               | Espirales en salsa napolitana<br>Tortilla de queso<br>Pan y Postre    | Alubias estofadas<br>Filete de abadejo en salsa<br>Pan y Postre | Arroz caldoso de verduras<br>Huevos aurora<br>Pan y Postre                                              | kcl: 704,25<br>Prot: 0<br>HC: 92,56<br>Lip: 23,54     |
| 21                                                                                 | 22                                                                                       | 23                                                                    | 24                                                              | 25                                                                                                      |                                                       |
| Lentejas estofadas<br>Salmón con salsa pomodoro<br>Pan y Postre                    | Menestra salteada<br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana<br>Pan y Postre | Crema de calabacín<br>Abadejo al horno<br>Pan y Postre                | Potaje de garbanzos<br>Tortilla de patata<br>Pan y Postre       | Arroz con tomate<br>Filete de merluza en salsa verde<br>Pan y Postre                                    | kcl: 706,20<br>Prot: 23,88<br>HC: 91,62<br>Lip: 24,53 |
| 28                                                                                 | 29                                                                                       | 30                                                                    |                                                                 |                                                                                                         |                                                       |
| Pastel de patata con verduras<br>Guiso de alubias<br>Pan y Postre                  | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de atún<br>Pan y Postre                            | Verdura tricolor<br>Albóndigas de merluza a la griega<br>Pan y Postre |                                                                 | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandia y melón en función a su grado de maduración". | kcl: 698,57<br>Prot: 24,28<br>HC: 91,17<br>Lip: 23,86 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 8.

| Lunes |  | Martes |                                                                      | Miércoles |                                                                    | Jueves |                                                              | Viernes                                                                                                 |                                                               | I. Nutricional                                        |
|-------|--|--------|----------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       |  | 1      |                                                                      | 2         |                                                                    | 3      |                                                              | 4                                                                                                       |                                                               |                                                       |
| 7     |  | 8      |                                                                      | 9         | Sopa maravilla con verduras<br>Pollo al chilindrón<br>Pan y Postre | 10     | Lentejas a la campesina<br>Tortilla francesa<br>Pan y Postre | 11                                                                                                      | Verdura tricolor<br>Estofado de pavo<br>Pan y Postre          | kcl: 711,42<br>Prot: 26,19<br>HC: 90,48<br>Lip: 24,26 |
| 14    |  | 15     | Crema de zanahoria eco<br>Magro guisado con verduras<br>Pan y Postre | 16        | Espirales en salsa napolitana<br>Tortilla de queso<br>Pan y Postre | 17     | Alubias estofadas<br>Pollo asado<br>Pan y Postre             | 18                                                                                                      | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de york<br>Pan y Postre | kcl: 715,22<br>Prot: 26,74<br>HC: 90,90<br>Lip: 24,75 |
| 21    |  | 22     | Menestra salteada<br>Lomo encebollado<br>Pan y Postre                | 23        | Crema de calabacín<br>Pollo en salsa<br>Pan y Postre               | 24     | Potaje de garbanzos<br>Tortilla de patata<br>Pan y Postre    | 25                                                                                                      | Arroz con tomate<br>Pechuga al horno<br>Pan y Postre          | kcl: 692,37<br>Prot: 25,42<br>HC: 89,66<br>Lip: 23,18 |
| 28    |  | 29     | Arroz caldoso de verduras<br>Tortilla francesa<br>Pan y Postre       | 30        | Verdura tricolor<br>Pavo guisado con verduras<br>Pan y Postre      |        |                                                              | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandia y melón en función a su grado de maduración". |                                                               | kcl: 702,95<br>Prot: 25,12<br>HC: 90,30<br>Lip: 24,36 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 9.

| Lunes                     |  | Martes                     |                     | Miércoles                 |                                       | Jueves               |                      | Viernes                                                                                                 |  | I. Nutricional |             |
|---------------------------|--|----------------------------|---------------------|---------------------------|---------------------------------------|----------------------|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------|-------------|
|                           |  | 1                          |                     |                           | 2                                     |                      |                      | 3                                                                                                       |  |                |             |
|                           |  |                            |                     |                           |                                       |                      |                      |                                                                                                         |  |                |             |
|                           |  |                            |                     |                           |                                       |                      |                      |                                                                                                         |  |                |             |
|                           |  |                            |                     |                           |                                       |                      |                      |                                                                                                         |  |                |             |
|                           |  |                            |                     |                           |                                       |                      |                      |                                                                                                         |  |                |             |
| 7                         |  | 8                          | 9                   |                           | 10                                    |                      | 11                   |                                                                                                         |  |                | kcl: 682,67 |
|                           |  |                            | Sopa casera         |                           | Crema de patata, zanahoria y calabaza |                      | Salteado de verduras |                                                                                                         |  |                | Prot: 25,21 |
|                           |  |                            | Pollo al chilindrón |                           | Tortilla de atún                      |                      | Estofado de pavo     |                                                                                                         |  |                | HC: 90,16   |
|                           |  |                            | Pan y Postre        |                           | Pan y Postre                          |                      | Pan y Postre         |                                                                                                         |  |                | Lip: 20,15  |
| 14                        |  | 15                         | 16                  |                           | 17                                    |                      | 18                   |                                                                                                         |  |                | kcl: 704,91 |
| Acelgas rehogadas         |  | Crema de zanahoria eco     |                     | Pasta a la napolitana     |                                       | Guiso de patata      |                      | Arroz caldoso de verduras                                                                               |  | Prot: 23,95    |             |
| Limanda al horno          |  | Magro guisado con verduras |                     | Tortilla de queso         |                                       | Pollo asado          |                      | Revuelto de york                                                                                        |  | HC: 93,79      |             |
| Pan y Postre              |  | Pan y Postre               |                     | Pan y Postre              |                                       | Pan y Postre         |                      | Pan y Postre                                                                                            |  | Lip: 23,56     |             |
| 21                        |  | 22                         | 23                  |                           | 24                                    |                      | 25                   |                                                                                                         |  |                | kcl: 684,00 |
| Crema de puerro           |  | Coliflor rehogada          |                     | Crema de calabacín        |                                       | Salteado de verduras |                      | Arroz con tomate                                                                                        |  | Prot: 24,01    |             |
| Salmón con salsa pomodoro |  | Lomo encebollado           |                     | Pollo en salsa            |                                       | Tortilla de patata   |                      | Pechuga al horno                                                                                        |  | HC: 90,62      |             |
| Pan y Postre              |  | Pan y Postre               |                     | Pan y Postre              |                                       | Pan y Postre         |                      | Pan y Postre                                                                                            |  | Lip: 22,45     |             |
| 28                        |  | 29                         | 30                  |                           |                                       |                      |                      |                                                                                                         |  |                | kcl: 687,44 |
| Crema de calabaza         |  | Arroz caldoso de verduras  |                     | Espinacas salteadas       |                                       |                      |                      | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandia y melón en función a su grado de maduración". |  | Prot: 24,61    |             |
| Abadejo ajoarriero        |  | Revuelto de atún           |                     | Pavo guisado con verduras |                                       |                      |                      |                                                                                                         |  | HC: 92,85      |             |
| Pan y Postre              |  | Pan y Postre               |                     | Pan y Postre              |                                       |                      |                      |                                                                                                         |  | Lip: 21,73     |             |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

| Lunes                                                                              | Martes                                                               | Miércoles                                                          | Jueves                                                          | Viernes                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                    | 1                                                                    | 2                                                                  | 3                                                               | 4                                                                                                       |
| 7                                                                                  | 8                                                                    | 9                                                                  | 10                                                              | 11                                                                                                      |
|                                                                                    |                                                                      | Sopa maravilla con verduras<br>Pollo al chilindrón<br>Pan y Postre | Lentejas a la campesina<br>Tortilla de atún<br>Pan y Postre     | Verdura tricolor<br>Estofado de pavo<br>Pan y Postre                                                    |
| 14                                                                                 | 15                                                                   | 16                                                                 | 17                                                              | 18                                                                                                      |
| Judías verdes con refrito<br>Guiso de garbanzos con arroz integral<br>Pan y Postre | Crema de zanahoria eco<br>Magro guisado con verduras<br>Pan y Postre | Espirales en salsa napolitana<br>Tortilla de queso<br>Pan y Postre | Alubias estofadas<br>Filete de abadejo en salsa<br>Pan y Postre | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de york<br>Pan y Postre                                           |
| 21                                                                                 | 22                                                                   | 23                                                                 | 24                                                              | 25                                                                                                      |
| Lentejas estofadas<br>Salmón con salsa pomodoro<br>Pan y Postre                    | Menestra salteada<br>Lomo encebollado<br>Pan y Postre                | Crema de calabacín<br>Pollo en salsa<br>Pan y Postre               | Potaje de garbanzos<br>Tortilla de patata<br>Pan y Postre       | Arroz con tomate<br>Filete de merluza en salsa verde<br>Pan y Postre                                    |
| 28                                                                                 | 29                                                                   | 30                                                                 |                                                                 |                                                                                                         |
| Pastel de patata con verduras<br>Guiso de alubias<br>Pan y Postre                  | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de atún<br>Pan y Postre        | Verdura tricolor<br>Pavo guisado con verduras<br>Pan y Postre      |                                                                 | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |

MES: septiembre-26

MENÚ: 11.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3

4

7

8

9

10

11

Crema de zanahoria  
Pechuga al horno  
Pan y Postre

Puré de patata  
Tortilla francesa  
Pan y Postre

Crema de zanahoria  
Lomo asado  
Pan y Postre

14

15

16

17

18

Arroz cocido  
Abadejo al horno  
Pan y Postre

Crema de zanahoria  
Lomo asado  
Pan y Postre

Puré de patata  
Tortilla francesa  
Pan y Postre

Crema de zanahoria  
Abadejo al horno  
Pan y Postre

Arroz cocido  
Tortilla francesa  
Pan y Postre

21

22

23

24

25

Crema de zanahoria  
Lomo al horno  
Pan y Postre

Arroz cocido  
Tortilla francesa  
Pan y Postre

Crema de zanahoria  
Abadejo al horno  
Pan y Postre

Puré de patata  
Tortilla francesa  
Pan y Postre

Arroz cocido  
Pechuga al horno  
Pan y Postre

28

29

30

Puré de patata  
Abadejo al horno  
Pan y Postre

Arroz cocido  
Tortilla francesa  
Pan y Postre

Crema de zanahoria  
Pechuga al horno  
Pan y Postre

"Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración".

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 12.

| Lunes                                 |  | Martes                     |  | Miércoles                     |   | Jueves                                |  | Viernes                                                                                                 |  | I. Nutricional |   |             |  |
|---------------------------------------|--|----------------------------|--|-------------------------------|---|---------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------|---|-------------|--|
|                                       |  | 1                          |  |                               | 2 |                                       |  | 3                                                                                                       |  |                | 4 |             |  |
|                                       |  |                            |  |                               |   |                                       |  |                                                                                                         |  |                |   |             |  |
|                                       |  |                            |  |                               |   |                                       |  |                                                                                                         |  |                |   |             |  |
|                                       |  |                            |  |                               |   |                                       |  |                                                                                                         |  |                |   |             |  |
|                                       |  |                            |  |                               |   |                                       |  |                                                                                                         |  |                |   |             |  |
| 7                                     |  | 8                          |  | 9                             |   | 10                                    |  | 11                                                                                                      |  |                |   |             |  |
|                                       |  |                            |  | Sopa maravilla con verduras   |   | Crema de patata, zanahoria y calabaza |  | Verdura tricolor                                                                                        |  |                |   | kcl: 697,35 |  |
|                                       |  |                            |  | Pollo al chilindrón           |   | Tortilla de atún                      |  | Estofado de pavo                                                                                        |  |                |   | Prot: 24,61 |  |
|                                       |  |                            |  | Pan y Postre                  |   | Pan y Postre                          |  | Pan y Postre                                                                                            |  |                |   | HC: 92,36   |  |
|                                       |  |                            |  |                               |   |                                       |  |                                                                                                         |  |                |   | Lip: 21,07  |  |
| 14                                    |  | 15                         |  | 16                            |   | 17                                    |  | 18                                                                                                      |  |                |   |             |  |
| Judías verdes con refrito             |  | Crema de zanahoria eco     |  | Espirales en salsa napolitana |   | Alubias estofadas                     |  | Arroz caldoso de verduras                                                                               |  |                |   | kcl: 709,90 |  |
| Guiso de garbanzos con arroz integral |  | Magro guisado con verduras |  | Tortilla francesa             |   | Abadejo al horno                      |  | Revuelto de york                                                                                        |  |                |   | Prot: 26,59 |  |
| Pan y Postre                          |  | Pan y Postre               |  | Pan y Postre                  |   | Pan y Postre                          |  | Pan y Postre                                                                                            |  |                |   | HC: 91,88   |  |
|                                       |  |                            |  |                               |   |                                       |  |                                                                                                         |  |                |   | Lip: 23,74  |  |
| 21                                    |  | 22                         |  | 23                            |   | 24                                    |  | 25                                                                                                      |  |                |   |             |  |
| Crema de puerro                       |  | Coliflor rehogada          |  | Crema de calabacín            |   | Potaje de garbanzos                   |  | Arroz con tomate                                                                                        |  |                |   | kcl: 687,49 |  |
| Salmón con salsa pomodoro             |  | Lomo encebollado           |  | Pollo en salsa                |   | Tortilla de patata                    |  | Pechuga al horno                                                                                        |  |                |   | Prot: 24,38 |  |
| Pan y Postre                          |  | Pan y Postre               |  | Pan y Postre                  |   | Pan y Postre                          |  | Pan y Postre                                                                                            |  |                |   | HC: 89,93   |  |
|                                       |  |                            |  |                               |   |                                       |  |                                                                                                         |  |                |   | Lip: 22,98  |  |
| 28                                    |  | 29                         |  | 30                            |   |                                       |  |                                                                                                         |  |                |   |             |  |
| Crema de calabaza                     |  | Arroz caldoso de verduras  |  | Verdura tricolor              |   |                                       |  | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandia y melón en función a su grado de maduración". |  |                |   | kcl: 684,87 |  |
| Guiso de alubias                      |  | Revuelto de atún           |  | Pavo guisado con verduras     |   |                                       |  |                                                                                                         |  |                |   | Prot: 24,78 |  |
| Pan y Postre                          |  | Pan y Postre               |  | Pan y Postre                  |   |                                       |  |                                                                                                         |  |                |   | HC: 89,92   |  |
|                                       |  |                            |  |                               |   |                                       |  |                                                                                                         |  |                |   | Lip: 22,64  |  |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 13.

| Lunes |  | Martes |                                                                                           | Miércoles |                                                                               | Jueves |                                                                                 | Viernes                                                                                                 |                                                                                          | I. Nutricional                                        |
|-------|--|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       |  | 1      |                                                                                           | 2         |                                                                               | 3      |                                                                                 | 4                                                                                                       |                                                                                          |                                                       |
|       |  |        |                                                                                           |           |                                                                               |        |                                                                                 |                                                                                                         |                                                                                          |                                                       |
|       |  |        |                                                                                           |           |                                                                               |        |                                                                                 |                                                                                                         |                                                                                          |                                                       |
|       |  |        |                                                                                           |           |                                                                               |        |                                                                                 |                                                                                                         |                                                                                          |                                                       |
|       |  |        |                                                                                           |           |                                                                               |        |                                                                                 |                                                                                                         |                                                                                          |                                                       |
| 7     |  | 8      |                                                                                           | 9         | Sopa de verduras sin sal<br>Pollo al chilindrón sin sal<br>Pan y Postre       | 10     | Lentejas a la campesina sin sal<br>Limanda al horno sin sal<br>Pan y Postre     | 11                                                                                                      | Verdura tricolor sin sal<br>Macarrones con salsa boloñesa vegana sin sal<br>Pan y Postre | kcl: 687,68<br>Prot: 25,17<br>HC: 89,45<br>Lip: 21,04 |
| 14    |  | 15     | Crema de zanahoria eco sin sal<br>Magro guisado con verduras sin sal<br>Pan y Postre      | 16        | Pasta a la napolitana sin sal<br>Estofado de pavo sin sal<br>Pan y Postre     | 17     | Alubias estofadas sin sal<br>Filete de abadejo en salsa sin sal<br>Pan y Postre | 18                                                                                                      | Arroz con verduras sin sal<br>Pollo al limón sin sal<br>Pan y Postre                     | kcl: 696,58<br>Prot: 24,82<br>HC: 92,21<br>Lip: 22,95 |
| 21    |  | 22     | Menestra salteada sin sal<br>Macarrones con salsa boloñesa vegana sin sal<br>Pan y Postre | 23        | Crema de calabacín sin sal<br>Pollo en salsa sin sal<br>Pan y Postre          | 24     | Potaje de garbanzos sin sal<br>Magro con champiñones sin sal<br>Pan y Postre    | 25                                                                                                      | Arroz con tomate sin sal<br>Abadejo ajoarriero sin sal<br>Pan y Postre                   | kcl: 682,58<br>Prot: 26,13<br>HC: 88,04<br>Lip: 22,67 |
| 28    |  | 29     | Arroz con verduras sin sal<br>Pechuga al horno sin sal<br>Pan y Postre                    | 30        | Verdura tricolor sin sal<br>Pavo guisado con verduras sin sal<br>Pan y Postre |        |                                                                                 | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |                                                                                          | kcl: 686,60<br>Prot: 25,89<br>HC: 91,56<br>Lip: 21,73 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 14.

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes                                                                                                 | I. Nutricional                                        |
|-------|--------|-----------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       | 1      | 2         | 3      | 4                                                                                                       |                                                       |
| 7     | 8      | 9         | 10     | 11                                                                                                      | kcl: 684,66<br>Prot: 24,89<br>HC: 88,75<br>Lip: 21,14 |
| 14    | 15     | 16        | 17     | 18                                                                                                      | kcl: 703,40<br>Prot: 24,94<br>HC: 93,30<br>Lip: 23,17 |
| 21    | 22     | 23        | 24     | 25                                                                                                      | kcl: 685,44<br>Prot: 24,78<br>HC: 88,95<br>Lip: 23,01 |
| 28    | 29     | 30        |        | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". | kcl: 691,87<br>Prot: 25,32<br>HC: 89,03<br>Lip: 23,16 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 16.

| Lunes                                                           | Martes                                                            | Miércoles                                                          | Jueves                                                          | Viernes                                                                                                 | I. Nutricional                                        |
|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|                                                                 |                                                                   |                                                                    |                                                                 |                                                                                                         |                                                       |
|                                                                 |                                                                   |                                                                    |                                                                 |                                                                                                         |                                                       |
|                                                                 |                                                                   |                                                                    |                                                                 |                                                                                                         |                                                       |
|                                                                 |                                                                   |                                                                    |                                                                 |                                                                                                         |                                                       |
| 7                                                               | 8                                                                 | 9                                                                  | 10                                                              | 11                                                                                                      | kcl: 696,25<br>Prot: 26,32<br>HC: 88,98<br>Lip: 21,69 |
|                                                                 |                                                                   | Guiso de patata<br>Pollo al chilindrón<br>Pan y Postre             | Lentejas a la campesina<br>Tortilla de atún<br>Pan y Postre     | Verdura tricolor<br>Estofado de pavo<br>Pan y Postre                                                    |                                                       |
| 14                                                              | 15                                                                | 16                                                                 | 17                                                              | 18                                                                                                      | kcl: 698,07<br>Prot: 26,25<br>HC: 90,77<br>Lip: 23,12 |
| Judías verdes con refrito<br>Pechuga al horno<br>Pan y Postre   | Guisantes rehogados<br>Magro guisado con verduras<br>Pan y Postre | Espirales en salsa napolitana<br>Tortilla francesa<br>Pan y Postre | Alubias estofadas<br>Filete de abadejo en salsa<br>Pan y Postre | Crema de puerro<br>Revuelto de york<br>Pan y Postre                                                     |                                                       |
| 21                                                              | 22                                                                | 23                                                                 | 24                                                              | 25                                                                                                      | kcl: 686,14<br>Prot: 25,42<br>HC: 88,71<br>Lip: 22,91 |
| Lentejas estofadas<br>Salmón con salsa pomodoro<br>Pan y Postre | Menestra salteada<br>Lomo asado<br>Pan y Postre                   | Crema de calabacín<br>Pollo en salsa<br>Pan y Postre               | Potaje de garbanzos<br>Tortilla francesa<br>Pan y Postre        | Salteado de verduras<br>Filete de merluza en salsa verde<br>Pan y Postre                                |                                                       |
| 28                                                              | 29                                                                | 30                                                                 |                                                                 |                                                                                                         | kcl: 689,79<br>Prot: 24,94<br>HC: 90,89<br>Lip: 22,68 |
| Crema de calabaza<br>Guiso de alubias<br>Pan y Postre           | Espinacas salteadas<br>Revuelto de atún<br>Pan y Postre           | Verdura tricolor<br>Pavo guisado con verduras<br>Pan y Postre      |                                                                 | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |                                                       |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 17.

| Lunes |                                                                                    | Martes |                                                                                          | Miércoles |                                                                    | Jueves |                                                              | Viernes                                                                                                 |                                                                                         | I. Nutricional                                        |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       |                                                                                    | 1      |                                                                                          | 2         |                                                                    | 3      |                                                              | 4                                                                                                       |                                                                                         |                                                       |
| 7     |                                                                                    | 8      |                                                                                          | 9         | Sopa maravilla con verduras<br>Pollo al chilindrón<br>Pan y Postre | 10     | Lentejas a la campesina<br>Tortilla francesa<br>Pan y Postre | 11                                                                                                      | Verdura tricolor<br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana<br>Pan y Postre | kcl: 708,59<br>Prot: 26,54<br>HC: 90,12<br>Lip: 23,95 |
| 14    | Judías verdes con refrito<br>Guiso de garbanzos con arroz integral<br>Pan y Postre | 15     | Crema de zanahoria eco<br>Pechuga al horno<br>Pan y Postre                               | 16        | Espirales en salsa napolitana<br>Tortilla de queso<br>Pan y Postre | 17     | Alubias estofadas<br>Pollo asado<br>Pan y Postre             | 18                                                                                                      | Arroz caldoso de verduras<br>Huevos aurora<br>Pan y Postre                              | kcl: 709,35<br>Prot: 25,96<br>HC: 90,37<br>Lip: 24,68 |
| 21    | Lentejas estofadas<br>Estofado de pavo<br>Pan y Postre                             | 22     | Menestra salteada<br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana<br>Pan y Postre | 23        | Crema de calabacín<br>Pollo en salsa<br>Pan y Postre               | 24     | Potaje de garbanzos<br>Tortilla de patata<br>Pan y Postre    | 25                                                                                                      | Arroz con tomate<br>Pechuga al horno<br>Pan y Postre                                    | kcl: 715,07<br>Prot: 24,71<br>HC: 91,32<br>Lip: 25,28 |
| 28    | Pastel de patata con verduras<br>Guiso de alubias<br>Pan y Postre                  | 29     | Arroz caldoso de verduras<br>Tortilla francesa<br>Pan y Postre                           | 30        | Verdura tricolor<br>Pavo guisado con verduras<br>Pan y Postre      |        |                                                              | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |                                                                                         | kcl: 701,58<br>Prot: 26,16<br>HC: 89,84<br>Lip: 23,95 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 18.

| Lunes |                                                                                    | Martes |                                                                                          | Miércoles |                                                                    | Jueves |                                                               | Viernes                                                                                                 |                                                                                         | I. Nutricional                                        |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       |                                                                                    | 1      |                                                                                          | 2         |                                                                    | 3      |                                                               | 4                                                                                                       |                                                                                         |                                                       |
| 7     |                                                                                    | 8      |                                                                                          | 9         | Sopa maravilla con verduras<br>Pollo al chilindrón<br>Pan y Postre | 10     | Lentejas a la campesina<br>Tortilla de atún<br>Pan y Postre   | 11                                                                                                      | Verdura tricolor<br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana<br>Pan y Postre | kcl: 694,78<br>Prot: 25,03<br>HC: 90,96<br>Lip: 21,22 |
| 14    | Judías verdes con refrito<br>Guiso de garbanzos con arroz integral<br>Pan y Postre | 15     | Crema de zanahoria eco<br>Magro guisado con verduras<br>Pan y Postre                     | 16        | Espirales en salsa napolitana<br>Tortilla de queso<br>Pan y Postre | 17     | Guiso de patata<br>Filete de abadejo en salsa<br>Pan y Postre | 18                                                                                                      | Arroz caldoso de verduras<br>Pollo al limón<br>Pan y Postre                             | kcl: 701,79<br>Prot: 25,89<br>HC: 93,14<br>Lip: 22,64 |
| 21    | Lentejas estofadas<br>Salmón con salsa pomodoro<br>Pan y Postre                    | 22     | Menestra salteada<br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana<br>Pan y Postre | 23        | Crema de calabacín<br>Pollo en salsa<br>Pan y Postre               | 24     | Potaje de garbanzos<br>Tortilla de patata<br>Pan y Postre     | 25                                                                                                      | Arroz con tomate<br>Filete de merluza en salsa verde<br>Pan y Postre                    | kcl: 690,89<br>Prot: 25,07<br>HC: 89,73<br>Lip: 23,14 |
| 28    | Crema de calabaza<br>Abadejo ajoarriero<br>Pan y Postre                            | 29     | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de atún<br>Pan y Postre                            | 30        | Verdura tricolor<br>Pavo guisado con verduras<br>Pan y Postre      |        |                                                               | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |                                                                                         | kcl: 685,54<br>Prot: 24,56<br>HC: 91,12<br>Lip: 22,31 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 19.

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes                                                                                                 | I. Nutricional                                        |
|-------|--------|-----------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       | 1      | 2         | 3      | 4                                                                                                       |                                                       |
| 7     | 8      | 9         | 10     | 11                                                                                                      | kcl: 694,84<br>Prot: 26,03<br>HC: 88,94<br>Lip: 21,68 |
| 14    | 15     | 16        | 17     | 18                                                                                                      | kcl: 710,33<br>Prot: 24,48<br>HC: 94,12<br>Lip: 23,78 |
| 21    | 22     | 23        | 24     | 25                                                                                                      | kcl: 690,32<br>Prot: 24,78<br>HC: 90,17<br>Lip: 22,91 |
| 28    | 29     | 30        |        | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". | kcl: 688,80<br>Prot: 25,29<br>HC: 88,54<br>Lip: 23,05 |

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES

MES: septiembre-26

MENÚ: 20.

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes                                                                                                 | I. Nutricional                                        |
|-------|--------|-----------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       | 1      | 2         | 3      | 4                                                                                                       |                                                       |
| 7     | 8      | 9         | 10     | 11                                                                                                      | kcl: 724,71<br>Prot: 26,84<br>HC: 90,13<br>Lip: 24,11 |
| 14    | 15     | 16        | 17     | 18                                                                                                      | kcl: 721,78<br>Prot: 24,91<br>HC: 94,02<br>Lip: 24,95 |
| 21    | 22     | 23        | 24     | 25                                                                                                      | kcl: 724,62<br>Prot: 25,42<br>HC: 93,41<br>Lip: 25,27 |
| 28    | 29     | 30        |        | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". | kcl: 715,51<br>Prot: 25,70<br>HC: 93,13<br>Lip: 24,24 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 21.

| Lunes |                                                                                    | Martes |                                                                      | Miércoles |                                                                    | Jueves |                                                             | Viernes                                                                                                 |                                                               | I. Nutricional                                        |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       |                                                                                    | 1      |                                                                      | 2         |                                                                    | 3      |                                                             | 4                                                                                                       |                                                               |                                                       |
| 7     |                                                                                    | 8      |                                                                      | 9         | Sopa maravilla con verduras<br>Pollo al chilindrón<br>Pan y Postre | 10     | Lentejas a la campesina<br>Tortilla de atún<br>Pan y Postre | 11                                                                                                      | Verdura tricolor<br>Estofado de pavo<br>Pan y Postre          | kcl: 697,55<br>Prot: 25,62<br>HC: 90,78<br>Lip: 21,35 |
| 14    | Judías verdes con refrito<br>Guiso de garbanzos con arroz integral<br>Pan y Postre | 15     | Crema de zanahoria eco<br>Magro guisado con verduras<br>Pan y Postre | 16        | Espirales en salsa napolitana<br>Tortilla de queso<br>Pan y Postre | 17     | Alubias estofadas<br>Abadejo al horno<br>Pan y Postre       | 18                                                                                                      | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de york<br>Pan y Postre | kcl: 709,29<br>Prot: 26,63<br>HC: 91,98<br>Lip: 24,51 |
| 21    | Lentejas estofadas<br>Limanda en pepitoria<br>Pan y Postre                         | 22     | Menestra salteada<br>Lomo encebollado<br>Pan y Postre                | 23        | Crema de calabacín<br>Pollo en salsa<br>Pan y Postre               | 24     | Potaje de garbanzos<br>Tortilla de patata<br>Pan y Postre   | 25                                                                                                      | Arroz con tomate<br>Abadejo ajoarriero<br>Pan y Postre        | kcl: 692,81<br>Prot: 24,69<br>HC: 90,50<br>Lip: 23,18 |
| 28    | Pastel de patata con verduras<br>Guiso de alubias<br>Pan y Postre                  | 29     | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de atún<br>Pan y Postre        | 30        | Verdura tricolor<br>Pavo guisado con verduras<br>Pan y Postre      |        |                                                             | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |                                                               | kcl: 690,01<br>Prot: 24,48<br>HC: 90,25<br>Lip: 22,89 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 22.

| Lunes |                                                              | Martes |                                                                      | Miércoles |                                                                               | Jueves |                                                                           | Viernes                                                                                                 |                                                                   | I. Nutricional                                        |
|-------|--------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       |                                                              | 1      |                                                                      | 2         |                                                                               | 3      |                                                                           | 4                                                                                                       |                                                                   |                                                       |
|       |                                                              |        |                                                                      |           |                                                                               |        |                                                                           |                                                                                                         |                                                                   |                                                       |
|       |                                                              |        |                                                                      |           |                                                                               |        |                                                                           |                                                                                                         |                                                                   |                                                       |
|       |                                                              |        |                                                                      |           |                                                                               |        |                                                                           |                                                                                                         |                                                                   |                                                       |
|       |                                                              |        |                                                                      |           |                                                                               |        |                                                                           |                                                                                                         |                                                                   |                                                       |
| 7     |                                                              | 8      |                                                                      | 9         | Sopa de verduras<br>Pollo al chilindrón<br>Pan y Postre                       | 10     | Crema de patata, zanahoria y calabaza<br>Limanda al horno<br>Pan y Postre | 11                                                                                                      | Salteado de verduras<br>Estofado de pavo<br>Pan y Postre          | kcl: 693,00<br>Prot: 26,25<br>HC: 89,52<br>Lip: 21,12 |
| 14    | Acelgas rehogadas<br>Pechuga al horno<br>Pan y Postre        | 15     | Crema de zanahoria eco<br>Magro guisado con verduras<br>Pan y Postre | 16        | Pasta sin gluten ni huevo a la napolitana<br>Abadejo al horno<br>Pan y Postre | 17     | Guiso de patata<br>Pollo asado<br>Pan y Postre                            | 18                                                                                                      | Arroz caldoso de verduras<br>Lomo en salsa casera<br>Pan y Postre | kcl: 706,82<br>Prot: 25,14<br>HC: 92,47<br>Lip: 23,83 |
| 21    | Crema de puerro<br>Salmón con salsa pomodoro<br>Pan y Postre | 22     | Coliflor rehogada<br>Estofado de pavo<br>Pan y Postre                | 23        | Crema de calabacín<br>Pollo en salsa<br>Pan y Postre                          | 24     | Salteado de verduras<br>Magro con champiñones<br>Pan y Postre             | 25                                                                                                      | Arroz con tomate<br>Abadejo ajoarriero<br>Pan y Postre            | kcl: 680,61<br>Prot: 24,62<br>HC: 89,32<br>Lip: 22,38 |
| 28    | Crema de calabaza<br>Limanda al horno<br>Pan y Postre        | 29     | Arroz caldoso de verduras<br>Pollo al limón<br>Pan y Postre          | 30        | Espinacas salteadas<br>Pavo guisado con verduras<br>Pan y Postre              |        |                                                                           | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |                                                                   | kcl: 685,69<br>Prot: 24,88<br>HC: 91,67<br>Lip: 21,94 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 27.

| Lunes |                                                                                    | Martes |                                                                  | Miércoles |                                                                                | Jueves |                                                             | Viernes                                                                                                 |                                                                   | I. Nutricional                                        |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       |                                                                                    | 1      |                                                                  | 2         |                                                                                | 3      |                                                             | 4                                                                                                       |                                                                   |                                                       |
| 7     |                                                                                    | 8      |                                                                  | 9         | Sopa de verduras<br>Albóndigas vegetales en salsa<br>Pan y Postre              | 10     | Lentejas a la campesina<br>Puré de patata<br>Pan y Postre   | 11                                                                                                      | Verdura tricolor<br>Crema de puerro<br>Pan y Postre               | kcl: 526,64<br>Prot: 16,14<br>HC: 87,09<br>Lip: 8,10  |
| 14    | Judías verdes con refrito<br>Guiso de garbanzos con arroz integral<br>Pan y Postre | 15     | Crema de zanahoria eco<br>Guisantes rehogados<br>Pan y Postre    | 16        | Pasta sin gluten ni huevo a la napolitana<br>Crema de calabaza<br>Pan y Postre | 17     | Alubias estofadas<br>Coliflor rehogada<br>Pan y Postre      | 18                                                                                                      | Arroz caldoso de verduras<br>Salteado de verduras<br>Pan y Postre | kcl: 536,22<br>Prot: 16,12<br>HC: 90,72<br>Lip: 7,24  |
| 21    | Lentejas estofadas<br>Crema de puerro<br>Pan y Postre                              | 22     | Menestra salteada<br>Puré de patata<br>Pan y Postre              | 23        | Crema de calabacín<br>Brócoli rehogado<br>Pan y Postre                         | 24     | Potaje de garbanzos<br>Salteado de verduras<br>Pan y Postre | 25                                                                                                      | Arroz con tomate<br>Acelgas con patata<br>Pan y Postre            | kcl: 529,50<br>Prot: 11,81<br>HC: 91,42<br>Lip: 7,63  |
| 28    | Pastel de patata con verduras<br>Guiso de alubias<br>Pan y Postre                  | 29     | Arroz caldoso de verduras<br>Espinacas salteadas<br>Pan y Postre | 30        | Verdura tricolor<br>Guisantes rehogados<br>Pan y Postre                        |        |                                                             | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |                                                                   | kcl: 619,90<br>Prot: 12,46<br>HC: 120,10<br>Lip: 6,13 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 28.

| Lunes |  | Martes |                                                                      | Miércoles |                                                                 | Jueves |                                                           | Viernes                                                                                                 |                                                               | I. Nutricional                                        |
|-------|--|--------|----------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       |  | 1      |                                                                      | 2         |                                                                 | 3      |                                                           | 4                                                                                                       |                                                               |                                                       |
| 7     |  | 8      |                                                                      | 9         | Sopa de verduras<br>Pollo al chilindrón<br>Pan y Postre         | 10     | Puré de patata<br>Tortilla francesa<br>Pan y Postre       | 11                                                                                                      | Crema de puerro<br>Lomo asado<br>Pan y Postre                 | kcl: 701,08<br>Prot: 25,62<br>HC: 91,03<br>Lip: 23,12 |
| 14    |  | 15     | Crema de zanahoria eco<br>Magro guisado con verduras<br>Pan y Postre | 16        | Pasta sin gluten ni huevo<br>Tortilla francesa<br>Pan y Postre  | 17     | Coliflor rehogada<br>Pollo asado<br>Pan y Postre          | 18                                                                                                      | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de york<br>Pan y Postre | kcl: 707,02<br>Prot: 24,74<br>HC: 92,38<br>Lip: 24,07 |
| 21    |  | 22     | Crema de puerro<br>Magro con champiñones<br>Pan y Postre             | 23        | Brócoli rehogado<br>Pollo en salsa<br>Pan y Postre              | 24     | Espinacas salteadas<br>Tortilla de patata<br>Pan y Postre | 25                                                                                                      | Arroz con tomate<br>Pechuga al horno<br>Pan y Postre          | kcl: 692,55<br>Prot: 24,69<br>HC: 91,11<br>Lip: 22,88 |
| 28    |  | 29     | Arroz caldoso de verduras<br>Pollo al limón<br>Pan y Postre          | 30        | Crema de zanahoria<br>Pavo guisado con verduras<br>Pan y Postre |        |                                                           | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |                                                               | kcl: 706,90<br>Prot: 24,95<br>HC: 91,12<br>Lip: 24,51 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 29.

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes                                                                                                 | I. Nutricional                                        |
|-------|--------|-----------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       | 1      | 2         | 3      | 4                                                                                                       |                                                       |
| 7     | 8      | 9         | 10     | 11                                                                                                      | kcl: 691,30<br>Prot: 26,86<br>HC: 89,70<br>Lip: 20,58 |
| 14    | 15     | 16        | 17     | 18                                                                                                      | kcl: 702,32<br>Prot: 24,50<br>HC: 94,01<br>Lip: 22,93 |
| 21    | 22     | 23        | 24     | 25                                                                                                      | kcl: 717,10<br>Prot: 25,62<br>HC: 90,85<br>Lip: 25,31 |
| 28    | 29     | 30        |        | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". | kcl: 688,33<br>Prot: 25,48<br>HC: 92,47<br>Lip: 21,96 |

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES

MES: septiembre-26

MENÚ: 30.

| Lunes |                                                                               | Martes |                                                                      | Miércoles |                                                                    | Jueves |                                                                 | Viernes                                                                                                 |                                                                      | I. Nutricional                                        |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       |                                                                               | 1      |                                                                      | 2         |                                                                    | 3      |                                                                 | 4                                                                                                       |                                                                      |                                                       |
| 7     |                                                                               | 8      |                                                                      | 9         | Sopa maravilla con verduras<br>Pollo al chilindrón<br>Pan y Postre | 10     | Lentejas a la campesina<br>Tortilla de atún<br>Pan y Postre     | 11                                                                                                      | Crema de puerro<br>Estofado de pavo<br>Pan y Postre                  | kcl: 697,99<br>Prot: 25,27<br>HC: 91,05<br>Lip: 21,43 |
| 14    | Salteado de verduras<br>Guiso de garbanzos con arroz integral<br>Pan y Postre | 15     | Crema de zanahoria eco<br>Magro guisado con verduras<br>Pan y Postre | 16        | Espirales en salsa napolitana<br>Tortilla de queso<br>Pan y Postre | 17     | Alubias estofadas<br>Filete de abadejo en salsa<br>Pan y Postre | 18                                                                                                      | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de york<br>Pan y Postre        | kcl: 711,78<br>Prot: 25,96<br>HC: 92,44<br>Lip: 24,03 |
| 21    | Lentejas estofadas<br>Salmón con salsa pomodoro<br>Pan y Postre               | 22     | Puré de patata<br>Lomo encebollado<br>Pan y Postre                   | 23        | Crema de calabacín<br>Pollo en salsa<br>Pan y Postre               | 24     | Potaje de garbanzos<br>Tortilla de patata<br>Pan y Postre       | 25                                                                                                      | Arroz con tomate<br>Filete de merluza en salsa verde<br>Pan y Postre | kcl: 691,05<br>Prot: 24,43<br>HC: 90,32<br>Lip: 23,18 |
| 28    | Crema de calabaza<br>Guiso de alubias<br>Pan y Postre                         | 29     | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de atún<br>Pan y Postre        | 30        | Salteado de verduras<br>Pavo guisado con verduras<br>Pan y Postre  |        |                                                                 | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |                                                                      | kcl: 685,53<br>Prot: 24,78<br>HC: 90,47<br>Lip: 22,50 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 31.

| Lunes |  | Martes |                                                                      | Miércoles |                                                               | Jueves |                                                                 | Viernes                                                                                                 |                                                                      | I. Nutricional                                        |
|-------|--|--------|----------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       |  | 1      |                                                                      | 2         |                                                               | 3      |                                                                 | 4                                                                                                       |                                                                      |                                                       |
| 7     |  | 8      |                                                                      | 9         | Sopa casera<br>Pollo al chilindrón<br>Pan y Postre            | 10     | Lentejas a la campesina<br>Tortilla de atún<br>Pan y Postre     | 11                                                                                                      | Verdura tricolor<br>Estofado de pavo<br>Pan y Postre                 | kcl: 697,99<br>Prot: 25,27<br>HC: 91,05<br>Lip: 21,43 |
| 14    |  | 15     | Crema de zanahoria eco<br>Magro guisado con verduras<br>Pan y Postre | 16        | Pasta a la napolitana<br>Tortilla de queso<br>Pan y Postre    | 17     | Alubias estofadas<br>Filete de abadejo en salsa<br>Pan y Postre | 18                                                                                                      | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de york<br>Pan y Postre        | kcl: 712,94<br>Prot: 26,07<br>HC: 92,62<br>Lip: 24,03 |
| 21    |  | 22     | Menestra salteada<br>Lomo encebollado<br>Pan y Postre                | 23        | Crema de calabacín<br>Pollo en salsa<br>Pan y Postre          | 24     | Potaje de garbanzos<br>Tortilla de patata<br>Pan y Postre       | 25                                                                                                      | Arroz con tomate<br>Filete de merluza en salsa verde<br>Pan y Postre | kcl: 716,81<br>Prot: 24,69<br>HC: 92,00<br>Lip: 25,18 |
| 28    |  | 29     | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de atún<br>Pan y Postre        | 30        | Verdura tricolor<br>Pavo guisado con verduras<br>Pan y Postre |        |                                                                 | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |                                                                      | kcl: 685,53<br>Prot: 24,78<br>HC: 90,47<br>Lip: 22,50 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 33.

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes                                                                                                 | I. Nutricional                                        |
|-------|--------|-----------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       | 1      | 2         | 3      | 4                                                                                                       |                                                       |
| 7     | 8      | 9         | 10     | 11                                                                                                      | kcl: 700,82<br>Prot: 25,94<br>HC: 90,77<br>Lip: 23,06 |
| 14    | 15     | 16        | 17     | 18                                                                                                      | kcl: 705,53<br>Prot: 24,71<br>HC: 92,15<br>Lip: 24,02 |
| 21    | 22     | 23        | 24     | 25                                                                                                      | kcl: 697,92<br>Prot: 25,43<br>HC: 91,06<br>Lip: 23,17 |
| 28    | 29     | 30        |        | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". | kcl: 707,25<br>Prot: 24,63<br>HC: 92,18<br>Lip: 24,22 |

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES

MES: septiembre-26

MENÚ: 34.

| Lunes |  | Martes |                                                                      | Miércoles |                                                                                | Jueves |                                                                           | Viernes                                                                                                 |                                                               | I. Nutricional                                        |
|-------|--|--------|----------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       |  | 1      |                                                                      | 2         |                                                                                | 3      |                                                                           | 4                                                                                                       |                                                               |                                                       |
| 7     |  | 8      |                                                                      | 9         | Brócoli rehogado<br>Pollo al chilindrón<br>Pan y Postre                        | 10     | Crema de patata, zanahoria y calabaza<br>Tortilla de atún<br>Pan y Postre | 11                                                                                                      | Salteado de verduras<br>Estofado de pavo<br>Pan y Postre      | kcl: 683,74<br>Prot: 24,97<br>HC: 90,96<br>Lip: 20,02 |
| 14    |  | 15     | Crema de zanahoria eco<br>Magro guisado con verduras<br>Pan y Postre | 16        | Pasta sin gluten ni huevo a la napolitana<br>Tortilla francesa<br>Pan y Postre | 17     | Coliflor rehogada<br>Pollo asado<br>Pan y Postre                          | 18                                                                                                      | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de york<br>Pan y Postre | kcl: 702,70<br>Prot: 23,63<br>HC: 94,57<br>Lip: 23,11 |
| 21    |  | 22     | Puré de patata<br>Estofado de pavo<br>Pan y Postre                   | 23        | Crema de calabacín<br>Pollo en salsa<br>Pan y Postre                           | 24     | Salteado de verduras<br>Tortilla de patata<br>Pan y Postre                | 25                                                                                                      | Arroz con tomate<br>Abadejo ajoarriero<br>Pan y Postre        | kcl: 690,35<br>Prot: 23,96<br>HC: 93,18<br>Lip: 22,24 |
| 28    |  | 29     | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de atún<br>Pan y Postre        | 30        | Espinacas salteadas<br>Pavo guisado con verduras<br>Pan y Postre               |        |                                                                           | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |                                                               | kcl: 686,43<br>Prot: 24,42<br>HC: 93,71<br>Lip: 21,32 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 37.

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes                                                                                                 | I. Nutricional                                        |
|-------|--------|-----------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       | 1      | 2         | 3      | 4                                                                                                       |                                                       |
| 7     | 8      | 9         | 10     | 11                                                                                                      | kcl: 703,83<br>Prot: 26,13<br>HC: 91,84<br>Lip: 21,03 |
| 14    | 15     | 16        | 17     | 18                                                                                                      | kcl: 696,26<br>Prot: 24,36<br>HC: 93,13<br>Lip: 22,71 |
| 21    | 22     | 23        | 24     | 25                                                                                                      | kcl: 690,16<br>Prot: 25,24<br>HC: 92,55<br>Lip: 21,93 |
| 28    | 29     | 30        |        | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". | kcl: 702,70<br>Prot: 26,06<br>HC: 94,02<br>Lip: 22,27 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 39.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3

4

7

8

9

10

11

Sopa de verduras sin sal  
Pollo al chilindrón sin sal  
Pan y Postre

Lentejas a la campesina sin sal  
Limanda al horno sin sal  
Pan y Postre

Verdura tricolor sin sal  
Estofado de pavo sin sal  
Pan y Postre

14

15

16

17

18

Judías verdes con refrito sin sal  
Guiso de garbanzos con arroz integral sin sal  
Pan y Postre

Crema de zanahoria eco sin sal  
Magro guisado con verduras sin sal  
Pan y Postre

Pasta sin gluten ni huevo sin sal  
Estofado de pavo sin sal  
Pan y Postre

Alubias estofadas sin sal  
Filete de abadejo en salsa sin sal  
Pan y Postre

Arroz con verduras sin sal  
Pollo al limón sin sal  
Pan y Postre

21

22

23

24

25

Lentejas estofadas sin sal  
Limanda en pepitoria sin sal  
Pan y Postre

Menestra salteada sin sal  
Estofado de pavo sin sal  
Pan y Postre

Crema de calabacín sin sal  
Pollo en salsa sin sal  
Pan y Postre

Potaje de garbanzos sin sal  
Magro con champiñones sin sal  
Pan y Postre

Arroz con tomate sin sal  
Abadejo ajoarriero sin sal  
Pan y Postre

28

29

30

Crema de calabaza sin sal  
Guiso de alubias sin sal  
Pan y Postre

Arroz con verduras sin sal  
Pechuga al horno sin sal  
Pan y Postre

Verdura tricolor sin sal  
Pavo guisado con verduras sin sal  
Pan y Postre

"Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración".

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 40.

| Lunes |  | Martes |                                                                      | Miércoles |                                                                                | Jueves |                                                                           | Viernes                                                                                                 |                                                                      | I. Nutricional                                        |
|-------|--|--------|----------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       |  | 1      |                                                                      | 2         |                                                                                | 3      |                                                                           | 4                                                                                                       |                                                                      |                                                       |
| 7     |  | 8      |                                                                      | 9         | Sopa de verduras<br>Pollo al chilindrón<br>Pan y Postre                        | 10     | Crema de patata, zanahoria y calabaza<br>Tortilla de atún<br>Pan y Postre | 11                                                                                                      | Verdura tricolor<br>Estofado de pavo<br>Pan y Postre                 | kcl: 687,19<br>Prot: 25,67<br>HC: 90,65<br>Lip: 20,23 |
| 14    |  | 15     | Crema de zanahoria eco<br>Magro guisado con verduras<br>Pan y Postre | 16        | Pasta sin gluten ni huevo a la napolitana<br>Tortilla francesa<br>Pan y Postre | 17     | Guiso de patata<br>Filete de abadejo en salsa<br>Pan y Postre             | 18                                                                                                      | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de york<br>Pan y Postre        | kcl: 709,97<br>Prot: 24,57<br>HC: 94,12<br>Lip: 23,70 |
| 21    |  | 22     | Crema de puerro<br>Salmón con salsa pomodoro<br>Pan y Postre         | 23        | Crema de calabacín<br>Pollo en salsa<br>Pan y Postre                           | 24     | Potaje de garbanzos<br>Tortilla de patata<br>Pan y Postre                 | 25                                                                                                      | Arroz con tomate<br>Filete de merluza en salsa verde<br>Pan y Postre | kcl: 686,24<br>Prot: 24,30<br>HC: 90,89<br>Lip: 22,45 |
| 28    |  | 29     | Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de atún<br>Pan y Postre        | 30        | Verdura tricolor<br>Pavo guisado con verduras<br>Pan y Postre                  |        |                                                                           | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |                                                                      | kcl: 690,67<br>Prot: 25,28<br>HC: 92,47<br>Lip: 21,96 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 41.

| Lunes                                                                              | Martes                                                           | Miércoles                                                                     | Jueves                                                          | Viernes                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                    | 1                                                                | 2                                                                             | 3                                                               | 4                                                                                                       |
| 7                                                                                  | 8                                                                | 9                                                                             | 10                                                              | 11                                                                                                      |
|                                                                                    |                                                                  | Sopa de verduras<br>Pollo al chilindrón<br>Pan y Postre                       | Lentejas a la campesina<br>Limanda al horno<br>Pan y Postre     | Verdura tricolor<br>Lomo asado<br>Pan y Postre                                                          |
| 14                                                                                 | 15                                                               | 16                                                                            | 17                                                              | 18                                                                                                      |
| Judías verdes con refrito<br>Guiso de garbanzos con arroz integral<br>Pan y Postre | Crema de zanahoria<br>Magro guisado con verduras<br>Pan y Postre | Pasta sin gluten ni huevo a la napolitana<br>Estofado de pavo<br>Pan y Postre | Alubias estofadas<br>Filete de abadejo en salsa<br>Pan y Postre | Arroz con verduras<br>Pollo al limón<br>Pan y Postre                                                    |
| 21                                                                                 | 22                                                               | 23                                                                            | 24                                                              | 25                                                                                                      |
| Lentejas estofadas<br>Salmón con salsa pomodoro<br>Pan y Postre                    | Menestra salteada<br>Lomo encebollado<br>Pan y Postre            | Brócoli rehogado<br>Pollo en salsa<br>Pan y Postre                            | Potaje de garbanzos<br>Magro con champiñones<br>Pan y Postre    | Arroz con tomate<br>Abadejo ajoarriero<br>Pan y Postre                                                  |
| 28                                                                                 | 29                                                               | 30                                                                            |                                                                 |                                                                                                         |
| Puré de patata<br>Guiso de alubias<br>Pan y Postre                                 | Arroz con verduras<br>Pechuga al horno<br>Pan y Postre           | Verdura tricolor<br>Pavo guisado con verduras<br>Pan y Postre                 |                                                                 | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 45.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3

4

7

8

9

10

11

Triturado de pavo, patata, calabaza y zanahoria

Triturado de lentejas, pollo, patata, calabacín y zanahoria

Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro

Postre

Postre

Postre

14

15

16

17

18

Triturado de pollo, patata, judía verde y calabacín

Triturado de magro, patata, judía verde y zanahoria

Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro

Triturado de alubias, pescado, patata y judía verde

Triturado de pavo, patata, calabaza y zanahoria

Postre

Postre

Postre

Postre

Postre

21

22

23

24

25

Triturado de lentejas, pollo, patata, calabacín y zanahoria

Triturado de pavo, patata, calabaza y zanahoria

Triturado de pollo, patata, judía verde y calabacín

Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro

Triturado de pescado, patata y zanahoria

Postre

Postre

Postre

Postre

Postre

28

29

30

Triturado de alubias, pescado, patata y judía verde

Triturado de magro, patata, judía verde y zanahoria

Triturado de pavo, patata, calabaza y zanahoria

"Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración".

Postre

Postre

Postre

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 46.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3

4

7

8

9

10

11

Sopa de verduras  
Pollo al chilindrón  
Pan y Postre

Crema de patata zanahoria y calabaza  
Estofado de pavo  
Pan y Postre

Salteado de verduras  
Lomo asado  
Pan y Postre

14

15

16

17

18

Acelgas rehogadas  
Pechuga al horno  
Pan y Postre

Crema de zanahoria eco  
Magro guisado con verduras  
Pan y Postre

Pasta sin gluten ni huevo pomodoro  
Estofado de pavo  
Pan y Postre

Guiso de patata  
Lomo al horno  
Pan y Postre

Arroz caldoso de verduras  
Pollo al limón  
Pan y Postre

21

22

23

24

25

Crema de puerro  
Estofado de pavo  
Pan y Postre

Coliflor rehogada  
Lomo encebollado  
Pan y Postre

Crema de calabacín  
Pollo en salsa  
Pan y Postre

Salteado de verduras  
Magro con champiñones  
Pan y Postre

Arroz con tomate  
Pechuga al horno  
Pan y Postre

28

29

30

Puré de patata  
Lomo en salsa casera  
Pan y Postre

Arroz caldoso de verduras  
Pollo al limón  
Pan y Postre

Espinacas salteadas  
Pavo guisado con verduras  
Pan y Postre

"Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandia y melón en función a su grado de maduración".

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 51.

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes                                                                                                 | I. Nutricional                                        |
|-------|--------|-----------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|       | 1      | 2         | 3      | 4                                                                                                       |                                                       |
| 7     | 8      | 9         | 10     | 11                                                                                                      | kcl: 689,19<br>Prot: 25,17<br>HC: 89,85<br>Lip: 23,03 |
| 14    | 15     | 16        | 17     | 18                                                                                                      | kcl: 687,34<br>Prot: 23,24<br>HC: 91,46<br>Lip: 22,79 |
| 21    | 22     | 23        | 24     | 25                                                                                                      | kcl: 690,34<br>Prot: 24,02<br>HC: 90,33<br>Lip: 23,11 |
| 28    | 29     | 30        |        | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". | kcl: 685,55<br>Prot: 24,65<br>HC: 89,57<br>Lip: 22,96 |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

MES: septiembre-26

MENÚ: 53.

| Lunes                                               |                                                     | Martes |                                                     | Miércoles                                           | Jueves                                             | Viernes                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                     | 1                                                   |        | 2                                                   | 3                                                   | 4                                                  |                                                                                                         |
| 7                                                   | 8                                                   |        | 9                                                   | 10                                                  | 11                                                 |                                                                                                         |
|                                                     |                                                     |        | Triturado de pavo, patata, calabaza y zanahoria     | Triturado de pollo, patata, judía verde y calabacín | Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro |                                                                                                         |
|                                                     |                                                     |        | Postre                                              | Postre                                              | Postre                                             |                                                                                                         |
| 14                                                  | 15                                                  |        | 16                                                  | 17                                                  | 18                                                 |                                                                                                         |
| Triturado de pollo, patata, judía verde y calabacín | Triturado de magro, patata, judía verde y zanahoria |        | Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro  | Triturado de pescado, patata y zanahoria            | Triturado de pavo, patata, calabaza y zanahoria    |                                                                                                         |
| Postre                                              | Postre                                              |        | Postre                                              | Postre                                              | Postre                                             |                                                                                                         |
| 21                                                  | 22                                                  |        | 23                                                  | 24                                                  | 25                                                 |                                                                                                         |
| Triturado de magro, patata, judía verde y zanahoria | Triturado de pavo, patata, calabaza y zanahoria     |        | Triturado de pollo, patata, judía verde y calabacín | Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro  | Triturado de pescado, patata y zanahoria           |                                                                                                         |
| Postre                                              | Postre                                              |        | Postre                                              | Postre                                              | Postre                                             |                                                                                                         |
| 28                                                  | 29                                                  |        | 30                                                  |                                                     |                                                    |                                                                                                         |
| Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro  | Triturado de magro, patata, judía verde y zanahoria |        | Triturado de pavo, patata, calabaza y zanahoria     |                                                     |                                                    | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |
| Postre                                              | Postre                                              |        | Postre                                              |                                                     |                                                    |                                                                                                         |

MES: septiembre-26

MENÚ: 57.

| Lunes                                                       |                                                     | Martes |                                                     | Miércoles                                                   | Jueves                                              | Viernes                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                             | 1                                                   |        | 2                                                   | 3                                                           | 4                                                   |                                                                                                         |
| 7                                                           | 8                                                   |        | 9                                                   | 10                                                          | 11                                                  |                                                                                                         |
|                                                             |                                                     |        | Triturado de pavo, patata, calabaza y zanahoria     | Triturado de lentejas, pollo, patata, calabacín y zanahoria | Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro  |                                                                                                         |
|                                                             |                                                     |        | Postre                                              | Postre                                                      | Postre                                              |                                                                                                         |
| 14                                                          | 15                                                  |        | 16                                                  | 17                                                          | 18                                                  |                                                                                                         |
| Triturado de pollo, patata, judía verde y calabacín         | Triturado de magro, patata, judía verde y zanahoria |        | Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro  | Triturado de alubias, pescado, patata y judía verde         | Triturado de huevo, patata, judía verde y calabacín |                                                                                                         |
| Postre                                                      | Postre                                              |        | Postre                                              | Postre                                                      | Postre                                              |                                                                                                         |
| 21                                                          | 22                                                  |        | 23                                                  | 24                                                          | 25                                                  |                                                                                                         |
| Triturado de lentejas, pollo, patata, calabacín y zanahoria | Triturado de pavo, patata, calabaza y zanahoria     |        | Triturado de pollo, patata, judía verde y calabacín | Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro          | Triturado de pescado, patata y zanahoria            |                                                                                                         |
| Postre                                                      | Postre                                              |        | Postre                                              | Postre                                                      | Postre                                              |                                                                                                         |
| 28                                                          | 29                                                  |        | 30                                                  |                                                             |                                                     |                                                                                                         |
| Triturado de alubias, pescado, patata y judía verde         | Triturado de huevo, patata, judía verde y calabacín |        | Triturado de pavo, patata, calabaza y zanahoria     |                                                             |                                                     | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración". |
| Postre                                                      | Postre                                              |        | Postre                                              |                                                             |                                                     |                                                                                                         |

MES: septiembre-26

MENÚ: 61.

| Lunes |                                                                           | Martes |                                                                                                  | Miércoles |    | Jueves                                                                     |  | Viernes |                                                                                   | I. Nutricional                                                                                                                                                       |    |                                                                                                                                                              |  |
|-------|---------------------------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----|----------------------------------------------------------------------------|--|---------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|       |                                                                           | 1      |                                                                                                  |           | 2  |                                                                            |  | 3       |                                                                                   |                                                                                                                                                                      | 4  | kcl:<br>Prot:<br>HC:<br>Lip:                                                                                                                                 |  |
| 7     |                                                                           | 8      |                                                                                                  |           | 9  | Sopa maravilla con verduras<br><br>Pollo al chilindrón<br><br>Pan y Postre |  | 10      | Crema de patata, zanahoria y calabaza<br><br>Tortilla de atún<br><br>Pan y Postre |                                                                                                                                                                      | 11 | Verdura tricolor<br><br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana<br><br>Pan y Postre<br><br>kcl: 758,30<br>Prot: 39,90<br>HC: 94,50<br>Lip: 22,10 |  |
| 14    | Judías verdes con refrito<br><br>Limanda al horno<br><br>Pan y Postre     | 15     | Crema de zanahoria eco<br><br>Magro guisado con verduras<br><br>Pan y Postre                     |           | 16 | Espirales en salsa napolitana<br><br>Tortilla de queso<br><br>Pan y Postre |  | 17      | Alubias estofadas<br><br>Pollo asado<br><br>Pan y Postre                          |                                                                                                                                                                      | 18 | Arroz caldoso de verduras<br><br>Revuelto de york<br><br>Pan y Postre<br><br>kcl: 750,60<br>Prot: 30,10<br>HC: 90,00<br>Lip: 26,70                           |  |
| 21    | Crema de puerro<br><br>Salmón con salsa pomodoro<br><br>Pan y Postre      | 22     | Coliflor rehogada<br><br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana<br><br>Pan y Postre |           | 23 | Crema de calabacín<br><br>Pollo en salsa<br><br>Pan y Postre               |  | 24      | Salteado de verduras<br><br>Tortilla de patata<br><br>Pan y Postre                |                                                                                                                                                                      | 25 | Arroz con tomate<br><br>Abadejo ajoarriero<br><br>Pan y Postre<br><br>kcl: 760,40<br>Prot: 34,60<br>HC: 96,20<br>Lip: 22,50                                  |  |
| 28    | Pastel de patata con verduras<br><br>Guiso de alubias<br><br>Pan y Postre | 29     | Arroz caldoso de verduras<br><br>Revuelto de atún<br><br>Pan y Postre                            |           | 30 | Verdura tricolor<br><br>Pavo guisado con verduras<br><br>Pan y Postre      |  |         |                                                                                   | "Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandia y melón en función a su grado de maduración".<br><br>kcl: 756,00<br>Prot: 29,00<br>HC: 94,90<br>Lip: 27,20 |    |                                                                                                                                                              |  |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)